Gândeşte-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

>>> continuare din pagina 1

Nu intenționez să-l ridic în slăvi pe prietenul nostru Aurel Burcea, chiar dacă o merită din plin. Sunt sigură că nu asta îşi doreşte el de la noi. Încerc să intru pe cât pot în pielea lui şi devin conştientă de cât efort face, din TOATE punctele de vedere, ca revista asta să existe, să aibă conținut lună de lună, de 4 ani încoace, mulțumirea, bucuria, împlinirea lui care, chiar dacă nu e deplină pentru un tânăr la anii lui, nu e deloc puțină şi care creşte, înfloreşte şi poate uneori rodeşte datorită mesajelor noastre către el, în care-i împărtăşim sentimente, simțăminte, într-un cuvânt TRĂIRI, din păcate mai mult negative decât pozitive, dată fiind situația fiecăruia dintre noi, fără să conştientizăm cu câtă energie negativă îl încărcăm. Poate nici el nu se gândeşte la asta sau, ca unui adevărat prieten şi frate de suferință, nu-i pasă de aşa ceva, ci efectiv suferă sau se bucură pentru fiecare dintre noi, aşa cum mulți dintre noi simțim la fel pentru el, deoarece "DUREREA ÎMPĂRTĂŞITĂ E DUREREA ÎNJUMĂTĂȚITĂ, BUCURIA ÎMPĂRTĂŞITĂ E BUCURIA ÎNDOITĂ".

Pentru toate astea cred că Aurel merită în primul rând respectul nostru. Spun asta deoarece printre noi sunt unii care pătează "obrazul" revistei (ca să nu spun mai mult).

Există categoria celor care aşteaptă revista DOAR pentru a vedea pe cine mai pot agăța de la "Doresc să corespondeze" sau urmăresc apariția propriei adrese, în acelaşi scop. Nimic rău în faptul că ne dorim prieteni sau jumătatea cu care să formăm întregul care să înfrunte şi să depăşească încercările vieții (toți o doresc, puțini sunt norocoşii şi mă bucur sincer pentru aceştia). Nu voi intra în detalii ce nu fac cinste celor vizați şi care cu siguranță se recunosc.

Vreau doar să spun ca NUMAI când eşti sincer de la început în ceea ce priveşte persoana şi situația ta plus ceea ce-ți doreşti de fapt, ai destule şanse să găseşti ce cauți. Dacă nu perechea, cu siguranță prieteni adevărați, pentru restul vieții. O spun din experiență proprie. Ocolirea adevărului, dar mai ales minciuna, nu pot duce decât, în cel mai "fericit" caz, la suferință în plus pentru cei de bună-credință, care pică în plasă (în general fete, dar sunt şi băieți naivi). Cui foloseste? Din păcate, unor profitori material şi aventurierilor. Caractere mărunte.

Şi e categoria creatorilor de poezie. "E uşor a scrie versuri când nimic nu ai a spune", zice marele nostru poet. Şi eu scriu, fără a mă considera poetă. Exprim sentimente, trăiri şi cam ceea ce văd în jur şi mă impresionează. Cam asta facem majoritatea celor care trimitem câte ceva la revistă. Dar ce ne facem cu plagiatorii? Fraților, de ce trebuie să furăm 1 2 versuri, 1 2 strofe sau chiar întregul text dintr-o carte de cântări religioase sau din ce avem la îndemână, când putem folosi cuvintele noastre, cât de simple ar fi ele, dar să fie izvorâte din noi. Sunteți credincioşi (cel puțin aşa reiese din ceea ce trimiteți). În acest caz, cum puteți să-i închinați Creatorului tuturor celor văzute şi nevăzute, Celui lângă care ne dorim, sperăm să fim în veşnicie, minciunele, ceva ce furați?!

Aş pune o întrebare cititorilor revistei: ce ar prefera dintre o poezie religioasă plagiată şi una inspirată din minunatele legende româneşti, părând a avea tentă păgână?

Fiecare dintre noi poate să scrie ce se pricepe mai bine, revista aşteptând continuu din partea noastră. Scrieți? Creație înseamnă şi proză, nu doar versuri. Scrieți ce simtiți, ce vă impresionează, care să meargă la suflet celor care citesc, aşa cum găsim fraze în fragmentele din scrisorile voastre...

Revista ne ajută pe unii să ne regăsim după ani, ne dă posibilitatea să ne "întâlnim" lunar, să ne cunoaştem puțin câte puțin, chiar dacă nu ne putem întâlni la propriu vreodată decât unii dintre noi, chiar dacă nu comunicăm între noi în vreun fel. Haideți să lăsăm loc de respect, de bună ziua, de amintiri plăcute! Altfel e păcat de eforturile lui Aurel şi ale celor care îl ajută dezinteresat. Nu mai spun de sponsori, cărora le suntem recunoscători, că fără ei...

Dar mai ales să-I mulțumim Celui fără de care nimic n-ar fi posibil, fie în veci slăvit!

Dacă m-am făcut înțeleasă, mă bucur. Şi dacă nu voi fi prea aspru certată în gândul vostru, vă mulțumesc.

La cât mai mulți ani ÎMPREUNĂ! Aşa să ne ajute Dumnezeu!

VICTORIA ŞTEFAN - Piteşti

Undeva, acolo sus, Cineva mă iubeşte

- partea II -

TRACHE VICTORIA
Constanța

Deci fiecare poveste de iubire se termina, mai devreme sau mai târziu, şi eu trebuia să înțeleg de ce? Găseam însă de fiecare dată puterea să o iau de la capăt şi îmi spuneam că, într-o zi, voi găsi pe cineva care să mă aprecieze din toate punctele de vedere şi că acel cineva nu se va împiedica de handicapul meu locomotor.

Ştiam că se poate trăi mai bine şi se pot realiza multe lucruri în viață, dar într-un mediu mai dezvoltat, cu oameni mai evoluați. Visul meu era să plec de la țară, să mă stabilesc într-un oras şi să am viața mea, unde să îmi pun în practica toate visele, toate dorințele. Poftă de viață aveam, puterea de a o lua de la capăt la fel, dar îmi lipsea sprijinul material: banii.

Nu am disperat şi am avut întotdeauna încredere că UNDEVA, ACOLO SUS, CINEVA MĂ IUBEŞTE. Şi că El se va ocupa de toate. Şi aşa a fost!

Nu am disperat şi am avut întotddeauna încredere că UNDEVA, ACOLO SUS, CINEVA MĂ IUBEŞTE. Şi că El se va ocupa de toate. Şi aşa a fost!

În anul 1990 am cunoscut nişte oameni extraordinari din Franța, care m-au ajutat enorm şi, prin intermediul lor, toate visele mele s-au transformat în realitate. Ei m-au luat în Franța, unde m-au dus la cel mai mare centru de reeducare şi recuperare din Europa KERPAPE.

Acolo am învățat să devin independentă. Să folosesc fotoliul rulant, să fac sporturi adaptate, să dansez, să conduc un autoturism, să trăiesc singură ş.a.m.d. Am învățat de la a trăi şi până la a iubi şi a fi iubită cu adevărat. Franța a fost şcoala vieții mele.

M-am dus la prietenii mei ani la rând şi ei vin la mine şi acum. Ei mi-au dat sprijinul material de care aveam nevoie. Am închiriat un apartament şi m-am stabilit într-un oraş, cum mi-am dorit. Am învățat să trăiesc şi să mă descurc singură, într-un oraş mare. Mi-au făcut cadou un autoturism adaptat cu toate comenzile la mână, de care aveam atâta nevoie să devin cu adevărat independentă.

Am găsit un serviciu bun, am lucrat în administrație publică locală, ca inspector, la primăria din Constanța. Am terminat liceul în paralel cu serviciul, la cursurile serale şi, pe urmă, l-am întâlnit şi pe bărbatul care mi-a devenit soț.

Ne-am căsătorit şi, cum v-am spus, de 10 ani suntem împreună. Suntem un cuplu deosebit, mereu veseli, spontani şi plini de viață. Avem cam tot ce ne trebuie. O singură neîmplinire am: că nu am putut să fac copii! În rest, dacă nu mi-am pierdut speranța şi am perseverat, visele mele s-au îndeplinit rând pe rând.

Şi vorbesc la trecut deoarece viața mai mi-a dat o lovitură. În urma cu 6 ani, când totul era perfect, am facut un accident vascular şi am fost nevoită să renunț la serviciu. Viața mea a luat o întorsătură de 90 de grade. Cursul frumos al vieții mele s-a întrerupt exact când totul îmi mergea atât de bine. Dar am depăşit şi acel moment, ca de fiecare dată, cu fruntea sus. Acum nu mai pot să lucrez, sănătatea nu mai îmi permite, dar încerc să-mi ocup timpul cu altceva. Totul e să înveți să te adaptezi, iar eu mai am încă putere să mă comport ca o învingătoare.

De aceia îi sfătuiesc pe toți aceia pe care viața îi încearcă, să nu dispere şi să aibă încredere că "ACOLO SUS CINEVA ÎL IUBEŞTE" şi că o mână nevăzută se va coborâ asupra fiecăruia care crede în El. Fiecare avem câte o misiune pe lumea aceasta şi trebuie să o îndeplinim.

Cam aceasta este povestea vieții mele. Sper ca experiența mea de viață şi succesul să-i încurajeze şi pe alții care se află într-un impas al vieții şi sunt deznădăjduiți.

- sfârşit -

Cuvintele speranței (III)

Ion Buciuman

Să nu vi se tulbure inima. Aveți credință în Dumnezeu şi aveți credință în Mine. În casa Tatălui Meu sunt multe locaşuri. Dacă n-ar fi aşa v-aş fi spus. Eu Mă duc să vă pregătesc un loc.
Ioan 14: 1-2

...credința nu este o simplă întâmplare, sau un lucru pe care-l primim fără să ne intereseze sau fără să-l căutăm.

Credința are nevoie de hrănire şi exercițiu zilnic. Altfel, ea se atrofiază, slăbeşte şi este chiar şi în pericol de a se pierde sau nimici. Alegerile şi orientarea personală constituie o bază foarte importantă pentru caliatea şi valoarea credinței noastre. Atitudinea noastră generală față de lucrurile lui Dumnezeu va determina unde ne vom afla până la urmă. Dacă lucrurile cereşti se află zilnic înaintea ochilor inimii noastre, vom constata cu timpul cât de familiare ne devin acestea. Credința este un efect direct şi simplu al preocupărilor pe care le avem.

Inima noastră se tulbură repede şi se liniştește încet. Aproape tot timpul găsim câte ceva de care să ne temem. Avem parcă o predilecție să găsim lucruri pentru care să ne frământăm şi de care să ne îngrijorăm. Unele motive de tulburare sunt reale, pe altele le mai inventăm şi noi. Uneori chiar simțim nevoia să ne stresăm de câte ceva. Aproape că ne simțim vinovați, dacă nu avem nici un motiv de îngrijorare. Parcă am avea o adevărată vocație a neliniştii.

N-ar trebui să fie aşa. Poate că ar putea fi mult mai bine. Ar putea fi mai multă lumină în viața noastră, ar putea fi mai multă bucurie în inima noastră. Ar putea fi mai multă pace în cuvintele noastre şi mai multă împlinire şi încântare în sufletele noastre. Noi ne facem rău singuri, alegînd îngrijorarea în locul încrederii şi tulburarea în locul liniştii.

Sfătuind pe ucenici să nu se tulbure, Mântuitorul le-a dat şi formula de reuşită. El i-a încurajat să creadă în Dumnezeu şi să creadă în El. Vedeți! Credința recomandată de Isus Hristos leagă pe Tatăl şi pe Fiul într-o unitate pe care se poate baza credința noastră. Învățătorul oamenilor ne apropie de Sine şi de Tatăl, pentru a ne convinge că nu suntem lăsați singuri. Este tot timpul Cineva lângă noi. Şi acest lucru mai ales atunci când ne simțim sau ne imaginăm că nu-i pasă nimănui de luptele şi de singurătatea noastră.

La prima vedere, credința pare un lucru foarte simplu. Este ca şi cum ai vrea să apuci ceva care se află la îndemână. Întinzi mâna şi-l apuci. Îl ai. Este al tău. Dificultatea începe atunci când începi să filosofezi în jurul acestei chestiuni. Şi, în timp ce mintea se desfăşoară în tot felul de presupuneri, nu mai reuşim să întindem mâna. Nu avem lucrul dorit. L-am fi putut avea. Încă îl putem avea. El este la dispoziția noastră. El este accesibil. Nimic din afara noastră nu ne împiedică. Numai ceva dinlăuntru ne poate opri să nu avem lucrul de care avem nevoie. Această realitate interioară, opusă credinței, este propria noastră necredință.

Îmi vine în minte o ilustrație foarte la îndemână. Ştiți povestea

>>> continuare în pagina 05

>>> continuare din pagina 04

drobului de sare. Copilul era culcat în pătuțul lui, iar deasupra, pe o poliță, stă un drob de sare. Mama trebăluieşte prin casă, dar inima ei este frământată şi luminată în acelaşi timp, de soarta micuțului din copaie. Deodată, femeia priveşte cu luare aminte asupra unui aspect pe care nu-l avusese în vedere până acum. Dacă drobul de sare ar cădea de pe poliță? Dacă micuțul ar fi lovit şi desfigurat de piatra negricioasă din grindă. Şi uite aşa, se dezvoltă ca din senin, o adevărată tragedie. Totul se desfăşoară în mintea şi în inima mamei, bineînțeles. Cum veştile rele se răspândesc repede, nu lipseşte mult până când şi bunica micuțului să fie apucată de panică. Nevăzând nici o ieşire din criză, femeile se apucă de bocit ca şi cum cea mai mare nenorocire a cuprins întreg satul. Îmi imagi-nez cum copilul, trezit de țipetele înfricoşate ale celor două femei, le priveşte inocent şi bănuitor, neînțelegând motivul disperării lor.

Vine bărbatul de pe-afară, atras de hărmălaia din casă. El stă şi ascultă povestea cu pricina, apoi evaluează situația şi stabileşte că nu există niciun pericol real pentru siguranța odraslei sale. La rândul lui, bărbatul, în loc să mute bolovanul buclucaş mai încolo, sau să-l pună în altă parte, alege o formulă cât se poate de sofisticată. El pleacă de acasă într-o călătorie de studiu pentru a stabili şi analiza cum stau lucrurile la nivel mondial. Călătoria sa durează destul de mult, timp în care propria casă se zbate în nevoi şi pericole mai reale sau imaginare. În sfârşit, bărbatul se întoarce având concluziile la îndemână. Lumea este plină de oameni care-şi fac singuri viața amară şi imposibilă.

Să revenim la subiectul principal. Cât de simplu ar fi fost dacă pătuțul ar fi fost mutat cu un metru mai departe de pericolul căderilor de pietre, deşi, după ştiința mea, drobul de sare nu ar fi căzut niciodată la o sută sau la o mie de ani. Dar imaginația noastră poate completa scenarii care să nu aibă nici o bază în realitate.

Credința este un lucru simplu şi practic. Dacă Isus Hristos ne spune să avem credință în El şi în Tatăl, acest lucru este o poruncă şi o făgăduință pentru noi. Dumnezeu ştie că noi putem avea credință dacă dorim, alegem şi acționăm potrivit cu voia Sa. În acelaşi timp, credința nu este o simplă întâmplare, sau un lucru pe care-l primim fără să ne intereseze sau fără să-l căutăm.

Credința are nevoie de hrănire şi exercițiu zilnic. Altfel, ea se atrofiază, slăbeşte şi este chiar şi în pericol de a se pierde sau nimici. Alegerile şi orientarea personală constituie o bază foarte importantă pentru caliatea şi valoarea credinței noastre. Atitudinea noastră generală față de lucrurile lui Dumnezeu va determina unde ne vom afla până la urmă. Dacă lucrurile cereşti se află zilnic înaintea ochilor inimii noastre, vom constata cu timpul cât de familiare ne devin acestea. Credința este un efect direct şi simplu al preocupărilor pe care le avem.

Avem promisiunea Mântuitorului că El ne aşteaptă cu brațele deschise în poarta Tatălui pentru a fi cu noi în veşnicie. Ce imagine mai frumoasă ar putea umple inima noastră de bucurie şi speranță. Cum altfel ar putea mai bine Dumnezeu să ne hrănească încrederea şi siguranța pe care ne-o dă umblarea noastră zilnică alături de El? Să mergem, prieteni! Hristos ne încurajează să ținem aproape. În lume vom avea necazuri, dar El a biruit lumea.

E ciudat, nu-i asa?

- *Nu e ciudat cum o bancnotă de 10 lei pare o sumă mare când trebuie să o dai la biserică, dar e o sumă atât de mică când mergi la cumpărături?*
- *Nu e ciudat cum 2 ore par atât de lungi atunci când eşti la o biserică, dar trec aşa de repede când te uiți la un film bun?*
- *Nu e ciudat că atunci când trebuie să te rogi, nu îți vine nici un cuvânt sau nu ai nimic de spus..., dar nu ai nici o problemă atunci când e vorba să vorbeşti cu un prieten?*
- *Nu e ciudat cât de dificil şi plictisitor pare să citeşti un capitol din BIBLIE, dar cât de uşor e să citeşti 100 de pagini dintr-un roman preferat?*
- *Nu e ciudat că fiecare vrea locuri în față atunci când merge la un concert sau un meci, dar face tot posibilul să stea pe ultima bancă în Biserică?*
- *Nu e ciudat că vrem să ştim despre un anumit eveniment din Biserică înainte cu 2 3 săptămâni, ca să-l putem pune în agenda noastră ca să ne facem timp pentru a participa, dar... dacă e vorba de altceva - alt eveniment, în altă parte, în ultimul minut e suficient... dacă ştim?*
- *Nu e ciudat cât de dificil e să învățăm ceva despre Dumnezeu, cum e El şi să împărtăşim şi altora, dar... cât de uşor e să înveți, să înțelegi, să extinzi şi să repeți bârfa?*
- *Nu e ciudat cum credem tot ce scriu revistele şi ziarele, dar... punem la îndoială Cuvântul lui Dumnezeu?*
- *Nu e ciudat cum fiecare vrea un loc în Rai, dar... nu vrea să creadă, să facă sau să spună ceva pentru a ajunge acolo?*
- *Nu e ciudat că trimitem bancuri prin e-mail care sunt forward-ate imediat, dar când e vorba să trimitem mail-uri despre Dumnezeu, ne gândim de două ori înainte să o facem?*

****

- *Vorbim prea mult dar... iubim puțin şi mințim prea frecvent;*
- *Am învățat un stil de viață dar... nu ştim să trăim;*
- *Am adăugat ani la viața noastră dar... nu viață la anii noştri;*
- *Am mers şi am venit de pe Lună dar... avem probleme să traversăm drumul şi să-l vizităm pe vecin;*
- *Am cucerit spațiul exterior dar... nu şi spațiul interior;*
- *Am realizat lucruri mari dar... nu cele mai bune;*
- *Am curățit aerul dar... am contaminat sufletul;*
- *Am divizat atomul dar... nu şi prejudecățile;*
- *Scriem mult dar... învățăm puțin;*
- *Facem multe planuri dar... realizăm puțin;*
- *Am învățat să ne grăbim dar... nu ştim să aşteptăm;*
- *Avem cele mai bune intrări dar... avem puțină moralitate;*
- *Avem multă mâncare dar... puțină linişte;*
- *Avem mulți cunoscuți dar... puțini prieteni;*
- *Facem multe sforțări dar... avem puțină reuşită...*
- *Avem clădiri inalte dar… temperamente joase;*
- *Şosele largi dar… puncte de vedere înguste;*
- *Cheltuim destul de mult dar… avem puțin;*
- *Cumpărăm multe dar… ne bucurăm de puține;*
- *Avem case, apartamente mari dar… familii mici;*
- *Avem multă comoditate dar… puțin timp;*
- *Avem multe titluri academice dar… simțim prea puțin unul cu altul;*
- *Avem multă cunoştință dar… puțină judecată;*
- *Există mulți experți şi totuşi avem aşa de multe probleme;*
- *Cunoaştem multă medicină dar… avem puțină sănătate;*
- *Cheltuim cu risipă însă… râdem puțin;*
- *Conducem cu viteză dar… ne şi supărăm repede;*
- *Ne culcăm foarte târziu şi ne sculăm foarte obosiți;*
- *Citim destul de puțin dar… ne uităm mult la TV;*
- *Ne-am sporit posesiunile dar… ne-am redus valorile*

Escarele de decubit

Generalități

Escarele de decubit sunt răni la nivelul pielii şi a țesutului învecinat. Presiunea constantă la nivelul unei porțiuni a pielii reduce aportul de sânge la acea zonă şi, în final, produce moartea celulelor, lezarea pielii şi formarea de ulcerații. Escarele de decubit apar mai ales la persoanele care stau mult timp la pat, de obicei la spitalizați.

Cauze

Persoanele în vârstă care nu se pot mobiliza, au o dietă necorespunzătoare, astfel încât pot dezvolta în timp malnutriție protein calorică şi deshidratare. Din aceste cauze pielea devine mai subțire, uscată şi îşi pierde elesticitatea. În aceste condiții se pot produce escarele de decubit, dacă se asociază cu:

- presiune constantă la nivelul pielii şi țesuturilor
- leziuni datorită frecării de suprafețe rugoase, ca de exemplu cearşafuri (leziuni de frecare)
- alunecarea într-un pat sau un scaun, producându-se astfel cute de piele care vor afecta circulația sângelui la acel nivel.

Profilaxie

Menținerea sănătății țesuturilor implică:

- ✓ dieta corespunzătoare, ce cuprinde o cantitate optimă de proteine
- ✓ menținerea curățeniei tegumentelor
- ✓ aplicarea de loțiuni de corp ce împiedică uscarea pielii. Formarea de crăpături în piele creşte riscul de apariție a escarelor.
- ✓ folosirea de perne sau alte dispozitive care scad presiunea, pot preveni apariția escarelor de decubit, mai ales la persoanele care stau la pat sau în scaun timp îndelungat.
- ✓ acoperirea părților metalice ale scaunelor cu rotile scad frecarea şi astfel aparitia leziunilor de frecare.
- ✓ schimbarea frecventă a poziției reduce presiunea constantă în anumite părți şi permite distribuirea uniformă a acesteia.

Factori de risc

Persoanele cu risc pentru dezvoltarea escarelor de decubit sunt:

- ➢ *persoanele imobilizate la pat sau în scaunul cu rotile*, în special când imobilizarea provine în urma unei leziuni la nivelul coloanei vertebrale
- ➢ *persoanele care sunt în imposibilitate de a se mişca fără ajutor* (cei cu paralizii, comatoşii, sau cei care se refac după chirurgie)
- ➢ *pacienții care au incontinență vezicală*. Umezeala poate irita pielea şi astfel favorizează apariția escarelor
- ➢ *persoanele care nu au o dietă corepunzătoare*, săracă în proteine. Malnutriția (alimentarea săracă) poate duce la leziuni ale pielii şi la întârzieri de vindecare
- ➢ *pacienții cu stare de conştiență alterată*, datorată problemelor de sănătate, administrării de anumite medicamente, sau după anestezie în urma chirurgiei
- ➢ *persoanele în vârstă*. Odată cu înaintarea în vârstă pielea devine rigidă şi nu mai poate distribui egal presiunile. De asemenea, pielea devine mai subțire şi îşi pierde din elasticitate şi astfel se lezează mai uşor
- ➢ *fumătorii*. Nicotina favorizează uscarea tegumentelor şi scade fluxul sanguin la piele
- ➢ *febra*. Creşterea temperaturii corpului alterează şi mai mult zonele care sunt cu risc crescut pentru formarea de leziuni de decubit.
- ➢ *alte boli care scad capacitatea de vindecare a organismului*, ca de exemplu diabetul.

Simptome

Escarele de decubit se produc, în mod obişnuit, pe zonele de piele de deasupra unei suprafețe osoase, unde țesutul dintre os şi piele este slab reprezentat. Aproximativ 95% din leziunile de decubit se produc în partea inferioară a corpului, în zonele lombare şi sacrate (partea inferioară a spatelui), la nivelul şoldurilor, fundului sau călcâielor. De asemenea, leziuni de decubit se mai pot produce pe ceafă, la nivelul urechilor, în partea din spate a umerilor şi în coate, între genunchi şi deasupra gleznelor.

Escarele de decubit se produc în patru etape:

- ❖ leziunile pot fi sensibile şi dureroase. Pielea poate prezenta o culoare roşietică, sau mai închisă decât normal, asemănătoare cu o vânătaie
- ❖ apare leziunea, ulcerația, pielea este sensibilă şi dureroasă. Leziunea se extinde la zonele profunde ale pielii. Unele celule pot fi lezate în aşa fel, încât vindecarea nu mai este posibilă
- ❖ ulcerația se extinde la zonele profunde, se formează un crater de dimensiuni reduse. În această etapă durerea poate să lipsească datorită lezării întinse a țesuturilor. Riscul de infectare este mare.
- ❖ în acestă etapă ulcerația este foarte adâncă şi se întinde în mușchi şi os, determinând leziuni extensive. În această etapă durerea nu apare datorită morții celulare extensive. Se pot produce distrucții la nivelul țesuturilor profunde, de exemplu tendoane sau articulații. Dacă ulcerația progresează, se pot produce infecții grave ale oaselor (osteomielita) sau ale sângelui (sepsis).

Diagnostic diferențial

- distrugeri tisulare de alte cauze, de exemplu gangrene (infecții ale țesuturilor cu distrugerii celulare)
- leziuni ale pielii cu alte cauze, de exemplu: insuficiența venoasă profundă, insuficiența arterială

>>> continuare în pagina 08

>>> continuare din pagina 07

periferică sau diabet
- cancer de piele.

Diagnostic

Escarele de decubit sunt de obicei diagnosticate la o simplă examinare fizică.

Pentru confirmarea diagnosticului sunt necesare:

- culturi din leziuni sau de piele pentru a determina germenii care pot infecta aceste leziuni
- biopsie de piele, în cazul în care diagnosticul este incert sau se suspectează cancerul de piele.

Tratament Generalități

Tratamentul constă în prevenirea apariției leziunilor şi vindecarea acestora în momentul în care s-au format.

Tratamentul include:

- ✓ restabilirea presiunii sângelui la țesuturi. Schimbarea frecventă a poziției, cu distribuirea egală a presiunii, o saltea specială sau alte suporturi care să împiedice o presiune constantă îndelungată asupra unei zone
- ✓ curățirea zilnică cu o soluție salină a leziunilor
- ✓ menținerea țesutului sănătos din jurul escarei uscat şi curat
- ✓ îndepărtarea țesuturilor moarte şi aplicarea de unguente şi creme care să reducă riscul infecțiilor.

Tratamentul inițiat precoce poate preveni apariția escarelor. Odată leziunea progresată la o etapă avansată, va fi mai greu de vindecat.

Alte metode care pot fi folosite pentru a menține rana curată şi pentru a induce vindecarea sunt terapia cu ultraviolete şi terapia cu ultrasunete.

Dacă se produce suprainfecția leziunii este necesară terapia cu antibiotice. Escarele de decubit severe pot necesita tratament chirurgical.

Leziunile de decubit se produc mai frecvent la persoanele imobilizate la pat sau în scaunele cu rotile. În majoritatea cazurilor, o persoană cu escare de decubit are mai multe afecțiuni asociate, ce pot afecta tratamentul sau vindecarea. Aceste afecțiuni includ boli renale, diabetul şi bolile cardiace.

Tratament în funcție de stadiul bolii

Stadiul I

În primul stadiu leziunile pot fi sensibile şi dureroase. Tratamentul include:

- ✓ spălarea zilnică a zonei cu soluție salină pentru a o menține curată şi uscată
- ✓ menținerea zonei lezate curată şi uscată, înlăturarea transpirației, urinii sau fecalelor pentru a preveni evoluția leziunilor
- ✓ alimentația bogată în proteine, pentru a induce vindecarea
- ✓ schimbarea frecventă a poziției corpului, pentru a preveni presiunea constantă şi îndelungată într-o anumită zonă
- ✓ se evită frecarea de cearşafuri sau poziții care pot determina leziuni, în pat sau în scaunul cu rotile
- ✓ folosirea de perne sau de dispozitive care să scadă presiunea dintr-o anumită zonă şi să o distribuie uniform.

Majoritatea escarelor în stadiul I se vindecă în 60 de zile cu tratament corespunzător. Nu sunt necesare îngrijiri speciale, dar o monitorizare atentă este necesară pentru a supraveghea evoluția.

Stadiul II

În stadiul II pielea este lezată, apare soluția de continuitate (ruperea pielii) şi se formează ulcerația, care este în mod obişnuit dureroasă. Tratamentul stadiului II include :

- ✓ curățirea leziunii. Această curățire se face cu soluții saline, de către un profesionist. Nu se folosesc pentru curățire ioduri, peroxizi sau soluții antiseptic, deoarece acestea pot provoca distrugeri ale țesutului. Se utilizează pansamente din tifon îmbibate cu soluții saline pentru a acoperi pielea, pentru a o proteja, a o menține curată şi pentru a menține fluidele naturale. Pansamentele uscate împiedică vindecarea
- ✓ administrarea de unguente care să grăbească vindecarea, ca de exemplu unguentele ce contin enzime. Nu se folosesc unguente ce nu au fost recomandate de medicul specialist
- ✓ alimentația bogată în proteine, pentru promovarea vindecării.
- ✓ înlăturarea țesutului mort (debridare). În cazul în care se produc necroze tisulare (părți din țesut mor), medicul va înlătura aceste țesuturi pentru a grăbi vindecarea şi pentru a preveni infecțiile. Debridarea implică:
  - aplicarea unui pansament umed pe rană, iar după uscarea acestuia se îndepărtează, iar prin îndepărtarea lui se va îndepărta şi țesutul mort din acea zonă.
  - aplicarea de unguente ce conțin enzime, ce vor dizolva părțile necrotice
  - spălarea cu jet de apă, ceea ce va duce la îndepărtarea zonelor moarte
  - îndepărtarea chirurgicală, efectuată cu bisturiul sau cu foarfeca.

Majoritatea leziunilor în stadiul II se vindecă în 60 de zile cu tratament corespunzător.

Stadiile III si IV

În stadiul III ulcerațiile se extind la zonele de sub piele, formând un mic crater. În stadiul IV craterul este foarte adânc, ajungând până la mușchi şi la oase, producând distrucții. Tratamentul în stadiile III şi IV este următorul:

- ✓ eliminarea presiunii exercitate pe tegument prin schimbarea poziției
- ✓ promovarea unei alimentații cu un conținut optim de protein
- ✓ menținerea leziunii curate si hidratate cu unguente şi irigații cu soluții saline
- ✓ administrarea de unguente topice
- ✓ dacă este necesar se efectuează îndepărtarea țesuturilor moarte (debridarea)
- ✓ în cazul în care apare infecția se începe terapia cu antibiotice. Semnele de infecție includ: conținut purulent al ulcerației, înroşirea tegumentului din jur şi febră
- ✓ în cazul în care este necesar, se face o grefare a pielii. Grefa stimulează regenerarea pielii. În cazul în care se face grefarea se poate continua chirurgical cu sutura ulcerației, pentru a grăbi vindecarea

Stadiile III şi IV ale escarelor de decubit se vindecă greu. O ulcerație adâncă se poate vindeca în câteva luni

>>> continuare în pagina 14

Feniculul

NOTĂ: ***Scopul acestei rubrici este de a ajuta cititorii să folosească în mod raţional resursele terapeutice ale plantelor medicinale. Pentru diagnosticul şi tratamentul bolilor apelaţi la medicul de familie sau la un medic specialist.***

Denumirea ştiinţifică a feniculului este *Foeniculum vulgare,* în popor fiind cunoscută şi sub numele de anason dulce sau molotru. Este o plantă ierboasă ce creşte mai înaltă decât anasonul cu care este îndeaproape înrudit. Frunzele sunt verzi, cu segmente foarte subţiri şi cu terminaţii în unghi ascuţit. De la fenicul se recoltează fructele (Fructus Foeniculi), mici de 5-10 mm, alungite, verzui, cu miros dulceag aromatic.

Substanţe active şi proprietăţi

Fructele de fenicul conţin ulei volatil obţinut prin distilarea cu vapori de apă a fructelor în prealabil zdrobite. Concentraţia de ulei volatil a diverselor varietăţi de fenicul este foarte variabilă. Principalul component al uleiului volatil este anetolul, şi anume transanetolul. Alte substanţe identificate în fructele de fenicul sunt: substanţe grase, proteice, glucidice.

Acţiunea medicinală a preparatelor din fenicul constă în stimularea dIgestiei, efectul carminativ, galactogog, diuretic, expectorant, antitusiv şi vermifug.

Indicaţii, preparare şi administrare

Încă de pe vremea lui Hippocrate, feniculul era indicat în combaterea colicilor. Preparatele din fenicul sunt utilizate în meteorism, spasmele uşoare ale tubului digestiv, în bronşite şi traheite.

Infuzia pentru adulţi se prepară din 1 linguriţă de fructe zdrobite într-o cană cu apă clocotită. Se lasă la infuzat 10 minute şi se strecoară. Se bea în trei reprize, după mesele principale.

Pentru combaterea colicilor la copii şi stimularea lactaţiei la mamele care alăptează, se prepară infuzie din amestec de fructe de fenicul şi chimen.

La adulţi, fructele de fenicul se pot administra şi sub formă de pulbere, obţinută prin zdrobirea fructelor uscate. Se administrează 0,5-1 g pe zi, împărţit în două sau trei porţii.

Mierea de fenicul (Mel foeniculi) se obţine prin mixarea uleiului de fenicul cu miere şi se administrează pentru calmarea tusei seci, câte o lingură, la nevoie.

Intră în componenţa ceaiului contracolicilor nr. 2, a ceaiului contra colicilor pentru copii, a ceaiului anticolitic, a ceaiului gastric nr. 2, a ceaiului pectoral nr. 2, a tincturii Apetit, a tincturii Femina, a tabletelor Gastrovit, a comprimatelor Galov G, Rhamnolax, Sedocalm şi Normoponderol.

Contraindicaţii, precauţii

Nu este indicat în ulcerul gastric şi duodenal, în enterocolite acute şi cronice. Dozele mari pot da reacţii adverse însemnate, manifestate prin tulburări digestive şi nervoase, constând în stare de agitaţie nervoasă sau chiar crize similare celor epileptice, uneori somnolenţă accentuată etc. Cea mai eficientă măsura de precauţie este aceea de a nu recurge la formele concentrate ale remediului, la uleiul volatil, precum şi respectarea limitelor în administrarea infuziei.

Diverse

Fructele sunt folosite în industria alimentară pentru aromatizarea dulciurilor, băuturilor şi în industria cosmetică.

Dr. VALENTIN NĂDĂŞAN

Materialul a fost preluat cu permisiunea autorului din volumul „Plantele medicinale uzuale în fitoterapie” Editura Prisma 2003.

Dacă doriţi să ne adresaţi întrebări suplimentare în legătură cu fitoterapia, puteţi să o faceţi accesând adresa de internet http://www.sanatateplus.net secţiunea „Întrebări”, subsecţiunea „Întrebări medicale”.

TYKE
leoaica vegetariana

O istorie interesantă, aproape incredibilă, dar adevărată!!! Aceasta s-a petrecut lângă Seattle (USA), la mijlocul anilor 1950-1960.

La vârsta de 4 ani, leul african cântăreşte160 kg. Corpul său are o lungime de 3,15 metri şi, în alergare, el poate atinge 40 km/oră. Capul său, prevăzut cu o mandibulă scurtă dar puternică, pare a fi făcută să omoare şi să devoreze victimele sale. Normal, leii mănâncă antilope, zebre, gazele şi girafe.

Totuşi, o leoaică mare şi puternică, a ales o altă cale de a se hrăni aceea de a fi vegetariană.

O naştere dificilă

George şi Margaret Westbeau se aflau în faţa grilajului de oţel al unei cuşti şi observau cu emoţie ceea ce se petrecea înăuntru. Acolo, o leoaică agresivă şi furioasă, cu ghiare sfâşietoare îşi descoperea dinţii strălucitori, ascuţiţi şi fioroşi. Ochii săi, de culoarea chihlimbarului galben, nu aveau nicio privire pentru cei doi observatori ai scenei, care se găseau la aproape trei paşi de animal. Trebuie ştiut că, în trecut, această leoaică şi-a omorât întotdeauna puii, imediat după naşterea lor. De patru ori în decursul celor şapte ani care s-au scurs, cu fălcile puternice îi lua pe micuţii noi-născuţi şi-i proiecta violent contra zăbrelelor de la cuşcă, de unde alunecau adormiţi.

Această leoaică acţiona conştient împotriva instinctului matern? Viaţa sa, este adevărat, nu mai semăna deloc cu cea pe care o dusese în libertate. Smulsă din mediul său natural şi maltratată de cei care au capturat-o, ea nu mai supravieţuia decat tristă într-o cuşcă. Realiza ea oare, că i-ar fi scutit pe micuţii ei de această umilinţă pe care ea însăşi n-o suporta altfel decât penibil? Îi ucidea din cauza acestui motiv?

Când noul născut a fost proiectat în direcţia lui Westbeau, Georges l-a luat în grabă şi l-a smuls de după grilaj înainte ca mama sa să ajunga la el. A suferit numai o singură rană la lăbuţa dreaptă. La vederea unei asemenea furii cât o poate spune un om, acesta a spus: "you poor little tyke!" Familia Westbeau a dus-o pe micuţa leoaică "Little Tyke", cântărind aproape 3 livre (1,5 kg), la ferma lor Valley Ranch, situată în împrejurimile oraşului Seattle, în SUA. Aici micuţa se alătură celorlalţi locatari: cai, vaci, găini, păuni care-şi plimbau coada pe acoperiş şi pisicilor ce stăteau la pândă în spatele unui şopron. Cât despre cei doi câini fox terrieri, aceştia s-au manifestat cu mare bucurie la vederea noii venite în comunitatea lor. S-a hotărât ca micuţa Tyke să fie hrănită cu lapte, la biberon. Şi, graţie îngrijirilor atente, starea ei de sănătate s-a ameliorat.

Reacţii misterioase

Potrivit sfatului specialiştilor, familia Westbeau a intenţionat deci să obişnuiască micuţa leoaică cu alimente solide. Ei îndepărtau toate jucăriile din cauciuc, cu exceptia păpuşii favorite, pentru a le înlocui cu un os de vită proaspăt. Dar pusă în faţa acestui os, micuţa leoaică îl arunca cât colo, spre surpriza familiei Westbeau. Specialiştii afirmă că, fără carne, leii nu pot supravieţui şi amintesc că, prin natura lor, leii nu mănâncă decât carne, până la 11 livre pe zi, pentru o leoaică adultă. De aceea, îngrijoraţi de comportamen-tul anormal al lui Little Tyke, familia Westbeau s-a întrebat cum ar putea să o iniţieze la alimentaţia carnată. Între timp, ei continuau să o alimenteze cu un amestec de lapte cu cereale. Un prieten le-a sugerat să amestece laptele cu sânge bovin, crescând treptat cantitatea de sânge. Dar, imediat ce Micuţa Tyke a simţit că laptele era amestecat cu sânge, nu l-a mai vrut.

Au încercat să o păcălească dându-i întâi un biberon cu lapte simplu apoi schimbându-l cu unul cu lapte amestecat cu sânge. Dar cum simţea schimbarea, micuţa leoaică îl refuza imediat! Resemnaţi, familia Westbeau n-a mai încercat decât să adauge o singură picatură de sânge într-o sticlă întreagă de lapte, dar n-au reuşit nimic, sticla a fost refuzată, lăsându-i pe Westbeau total descumpăniţi. Un alt prieten le-a sugerat să pună într-o mână un pic de lapte şi în alta lapte cu bucăţi de carne tocată. Micuţa leoaică lingea imediat laptele simplu din prima mână, dar nu manifesta nici un interes pentru conţinutul celeilalte mâini. Dându-şi seama de caracterul neobişnuit al situaţiei, Georges, după ce şi-a uns bine mâinile, a luat-o pe Micuţa Tyke în braţe. Însă micuţa leoaică a început să se frământe de teamă, încercând să scape, din cauza mirosului de carne rămas pe mâinile lui Georges. Aceasta nu şi-a regăsit calmul până când Georges nu i-a oferit un alt biberon cu lapte, dar cu mâinile bine spălate!

O recompensă de 1.000 $

Când Little Tyke a ajuns la 9 luni şi 65 de livre (30 kg), i-au scos bandajul şi atelele de la picior. Încetişor, ea a început să se sprijine şi pe lăbuţa afectată şi, în final, vindecată, a început să caute compania celorlalte animale. Cum ferma de animale nu era prea rentabilă, familia Westbeau mai ţinea un mic magazin în oraş. Acolo, într-o cameră curată, păstra alimente vegetale. Micuţa Tyke îi însoţea adesea şi astfel leoaica lor vegetariană a început să fie cunoscută aproape pretutindeni. Când ea avea 4 ani, familia Westbeau a oferit 1.000 de dolari persoanei care va reuşi să o facă să mănânce carne. Propunerile au început să curgă, dar toate au fost respinse de Little Tyke care refuza să mănânce tot ce mirosea a carne.

>>> continuare în pagina 11

>>> continuare din pagina 10

Răspunsul

Pentru a rezolva ceea ce ei considerau a fi o problemă pentru leoaică, familia Westbeau a continuat să se adreseze experţilor, dar şi aceasta a fost în zadar. Când, într-o bună zi, un tânăr vizitator le-a risipit temerile, întrebându-i: "Nu citiţi Biblia? Citiţi în Geneza : 29: 30 şi veţi găsi răspunsul." Georges s-a repezit fără întârziere şi a citit: "Şi Dumnezeu a zis: "Iată că v-am dat orice iarbă care face sămânţă şi care este pe faţa întregului pământ, şi orice pom, care are în el rod cu sămânţă: aceasta să fie hrana voastră. Iar tuturor fiarelor pământului, tuturor păsărilor cerului, şi tuturor vietăţilor care mişcă pe pământ, care au în ele suflare de viaţă, le-am dat ca hrană toată iarba verde. Şi aşa a fost!" Din acel moment, familia Westbeau s-a simţit, în sfârşit, uşurată.

Mesele lui Little Tyke

O masă obişnuită se compune din diferite cereale, alese în funcţie de conţinutul lor în proteine, în calciu, în materii grase şi în fibre. Margaret îi prepara mâncarea pentru mai multe zile. La ora mesei, Little Tyke mânca o hrană de bună calitate, formată din două boluri de cereale gătite, doi litri de lapte şi două ouă. Cu o singură condiţie: ca jucăria ei de cauciuc preferată să stea lângă ea. Cum ea a refuzat oasele de animale, familia Westbeau îi dădea cizme de cauciuc pentru a le roade ca să-şi consolideze dinţii şi gingiile. Pentru a face pe gustul său, le ungeau întâi cu un lichid cu arome vegetale. O pereche de cizme rezista în jur de o lună. Little Tyke avea mulţi prieteni printre animale. Preferaţii ei erau pisicile Pinky şi Kobold, păunul Haby, şi desigur Becky, mieluşeaua care prefera

prezenţa lui Little Tyke oricărei alte companii.

O celebritate naţională

Emisiunea TV populară a lui Art Baker: "La cererea dvs.!", a făcut-o cunoscută pe Little Tyke pe toate ecranele. Producătorii au vrut să pună în scenă leoaica cu pui de găină în jurul ei. Georges nu s-a opus pentru că ştia că, la micuţa sa fermă, Little Tyke a avut un contact bun cu puii. Puiuţii destinaţi filmului nu aveau decât patru zile când operatorii au sosit la fermă ca să-i filmeze.

Puii de găină

Singura experienţă pe care Little Tyke a avut-o cu puiuţii în trecut a fost atunci când găinile de la fermă circulau cu puii lor pe câmpul de la fermă. Georges nici nu se gândea când, într-o zi, a observat ceva curios în comportamentul lui Little Tyke, care avea un aer uşor vinovat, maxilarele deschise şi buzele închise. El a strigat: «Tyke, ce ai în gură?» şi leoaica, deschizând gura imediat, lăsă să scape un pui micuţ care începea să se înfoieze cu aripile lui micuţe, dar care n-avea de fapt altă dorinţă decât să se reîntoarcă la cald în gura leoaicei! Little Tyke începea apoi să-i mângâie cu vârful limbii, arătându-le afecţiunea sa.

Când echipa TV s-a pus să filmeze această scenă emoţionantă, Little Tyke se îndrepta cu o oarecare ezitare către alţi puişori, pe care i-a lins şi pe ei cu vârful limbii, după care s-a îndepărtat. La puţin timp s-a întors şi s-a culcat în mijlocul lor. Puişorii s-au cuibărit apoi şi ei sub părul lung al leoaicei, înconjuraţi fiind de labele protectoarei lor.

Au mai filmat de asemenea o altă scenă, în care un pui de pisică care, după ce a adulmecat ghearele leoaicei, a fugit, ca apoi să se întoarcă să se culce lângă ea. Aceasta a apropiat micuţul pisoi cu laba pentru a-l proteja mai bine. În faţa camerei de luat vederi, Art Baker a deschis Biblia şi a citit: «atunci... lupul şi mielul vor paşte împreună, leul va mânca paie ca boul.» Isaia: 65: 25. Editorul a fost apoi inundat de scrisori, iar documentarul său cu Little Tyke a fost unul dintre cele mai populare din istoria acelui show.

Moartea lui Little Tyke

Pe parcursul a trei săptămâni la Hollywood, Little Tyke a fost din nefericire victima unui virus şi a murit în urma unei inflamaţii pulmonare. Schimbarea bruscă de climat poate fi considerată drept cauza morţii sale. Ea a adormit, dar nu înainte de a lăsa o mărturie despre ceea ce ea a fost în faţa televiziunii. Avea 9 ani.

Sursa: Journal Alliance
Végétarienne n° 68 - 2002

Trimis de **TRAIAN FLOREA - Canada**

GEAMĂT ÎN FURTUNĂ

O salcie frumoasă
îşi spală blondele-i plete
în apa tumultoasă
a râului ce-i curge
la picioare
săpând malul
slăbindu-i rădăcinile
vână cu vână
ba mângâind
ba biciuind cu unda
fără milă.

O noapte furtunoasă
cu şerpăraie de fulgere
electrizând apa
şi pământul...
salcia suspină
a grea presimțire
un fulger o-ncolăceşte
trăsnet de groază
o cutremură...

Îmbrăcată-n vâlvătaie
arde torță uriaşă
luminând o vreme
calea navigatorilor
aflați în derivă
pe Oceanul Vieții.

Cu geamăt prelung
se prăvăleşte
lăsându-se cuprinsă
de undele râului
~nefericita ei dragoste~
dându-şi suflarea
cea de pe urmă.

Linişte.
Luna ce s-a ițit
într-un sfârşit
surâde
şi doar râul
se mai aude
susurând a prohod.

Victoria Stefan - Piteşti

OSANA

O zi minunată,
O zi ce Domnului
Îi este închinată.

A Domnului e mărirea
Lui I Se cuvine cinstirea
Şi viața noastră toată
De Domnul să fie
Binecuvântată.

E grea a mea povară
Şi calea ce-o urmez
Nu-i deloc uşoară.

Dat Domnul e sus
Şi ne vede, şi-l ajută
Pe cel care crede.

Îmi va fi
Viața uşoară
Şi rănile avute
N-o să mă mai doară.
Atunci când
Domnul o să intervină
Prin voința Sa divină.

Botezatu Amelia - Butnăreşti (Neamț)

Talentul...

nu cunoaste

handicap!

SPECIAL... PENTRU MAMA

Doamne, eu cât voi trăi,
Mereu Îți voi mulțumi,
Pentru glasul părintesc,
Ce m-ajută să trăiesc.

În mod special, Îți mulțumesc
Pentru mama ce-o iubesc
Că ea m-a-nvățat mereu
Să ascult de glasul Tău.

De glasul Tău voi asculta,
Voi păzi porunca Ta,
Voi cinsti pe mama mea,
Câtă viață voi avea.

Ea m-a ajutat mereu,
M-a-nvățat ce-i bine, rău.
Am încredere în ea,
În iubita mamă a mea.

Ție mamă-ți mulțumesc,
Vreau să-ți spun că te iubesc,
Şi că te voi respecta,
Câtă viață voi avea.

Măriuțanu Olivia - Smîrdan (Botoşani)

Talentul...
(Creatia ta)

Talentul...

nu cunoaste

handicap!

MATURIZARE

M-am maturizat înainte de vreme
într-o casă, unde n-au fost
pentru mine nici uşi, nici ferestre sufleteşti
fiind mânată să-mi fac speranțe
din luminița aceea, zărită licărind

aproape stins prin spărtura aceea,
scăpată în zidurile sufleteşti
de ochii prădătorului lumii!
şirul de lacrimi ce nu se mai pot opri

Mi s-au maturizat obrajii de copil
mi-am găsit putere în surâs Doamne,
Tu cu sfatul Tău divin
mă îndemni să mai privesc,
din când în când în jos
spre semenii oameni

Să le acord totuşi clemență, îngăduință,
Că n-au ştiut să mă ajute
să mă fi maturizat încet:
să mă bucur laolaltă cu ei
de inocența copilăriei pierdute

Lacrima Tristă

Talentul...

nu cunoaste

handicap!

TOAMNĂ TU…

Toamnă tu, pustieşti totul fără milă,
Ofilind iarba şi florile din grădină,
Cu bruma rece usuci totul în zare,
Nelăsând nimic verde în a ta cale.

Toamnă tu, anotimp trist şi înlăcrimat,
Îmbrăcată în ruginiu şi în diamant,
Diamante mici ce cad de sus din nori,
Udând totul în jur, oameni, copaci, flori.

Toamnă tu, anotimpul cel mai îndoliat,
Fără pic de milă florile ai îngropat,
Transformând grădinile în cimitire,
Nelăsându-le speranța să mai învie.

Toamnă tu, pădurile ai dezbrăcat,
Frunzele verzi i le-ai scuturat,
Lăsând pădurile singure şi uscate,
Alungându-le păsările în altă parte.

Popescu Nicoleta - Bughea de Jos (Argeş)

NELINIŞTE

Adie vântul prim părul iubitei,
Se joacă alene cu pletele ei
Pulverizând în atmosferă
Un dulceag parfum de tei.
Dar viața-i dulce şi amară
La fel e şi iubirea mea
Şi mă întreb a câta oară,
De mă iubeşte şi mă vrea ?
Bate vântul peste trupul meu îngenuncheat,
Iar din sufletul meu iese un adânc oftat.
Bate vântul ca turbatul
Şi cu greu îmi ține oftatul.
Nu-l mângâie, nu-l alintă,
Îl aleargă şi-l frământă.
Îl zbuciumă în fuga lui tremurândă
Peste chipul meu, umbră plăpândă.
Adie vântul în părul iubirii,
Adie vântul şi bate la poarta fericirii.

Georgescu M. Laurentiu - Braşov

...::: Să ne rugam pentru :::... ...::: Să ne rugam pentru :::... ...::: Să ne rugam pentru :::...

Cu mare bucurie am primit sugestia voastră de a exista o asemenea rubrică în cadrul revistei noastre şi cu mare bucurie consemnez alte cereri de a ne ruga împreună pentru ceva sau pentru cineva anume.

Ştiu că este greu şi unora dintre noi chiar poate să li se pară ciudat sau chiar să-i deranjeze o asemenea rubrică (aşa aş fi simţit şi gândit eu în urmă cu câţiva ani), însă avem un Dumnezeu atât de minunat şi de dornic de a ne răspunde la rugăciu-ne (ştiu din propria-mi experienţă), încât ar fi o lipsă de înţelepciune de a nu asculta de îndemnul Său de a ne ruga unii pentru alţii.

În plus, aceasta arată nu numai că avem încredere în El, ci şi că simţim unul cu celălalt, că ne pasă.

Aşa cum v-am anunţat, cu ajutorul bunului Dumnezeu, am întocmit şi am înaintat la ASI (fostul SCOAR) cererea necesară pentru o nouă sponsorizare, pentru încă un an. Cererea a fost aprobată, însă suma alocată este f. f. f. mică: dacă anul trecut ni s-a aprobat şi ni s-a dat suma de 150.000.000 lei, anul acesta ni s-a aprobat doar 20.000.000 lei. Aceasta în condiţiile în care cheltuielile pe lună se cifrează la 30.000.000 (şi cum în fiecare lună primesc noi adrese…)

Pentru toţi cei care dorim ca această revistă să apară şi în viitor (şi eu cred că toţi ne dorim aceasta), revin cu rugămintea: „genunchiul jos”. Bunul Dumnezeu abia aşteaptă să ne ajute şi în continuare.

Mulţumiri multe celor care s-au rugat şi vor continua să se roage.

Burcea Aurel Peretu (Teleorman)

Mama a fost de două ori operată. Avem nevoie de multă rugăciune.

Obreja Ionel Gheorghe Lazăr (Ialomiţa)

...::: Sfaturi utile şi practice :::... ...::: Sfaturi utile şi practice :::... ...::: Sfaturi utile şi practice :::...

>>> continuare din pagina 08

sau în câţiva ani.

Terapii alternative

Alte terapii pot determina scăderea gravităţii leziunilor, deşi aceste terapii sunt experimentale şi destul de controversate.

- ❖ terapia cu oxigen hiperbar. Pacientul este închis într-o cameră în care se pompează oxigen în concentraţie de 100%. Acest oxigen poate determina creşterea nivelelor sanguine de oxigen şi astfel o cantitate mai mare de oxigen va ajunge la ţesuturi. Se previne astfel moartea celulelor, se accelerează vindecarea şi ajută la prevenirea infecţiilor
- ❖ terapiile cu ultraviolete, cu jet de apă sau cu ultrasunete previn agravarea leziunilor.

Majoritatea leziunilor apar la persoanele imobilizate la pat sau în scaun. Se pot lua câteva măsuri pentru a preveni apariţia acestor leziuni. Din momentul în care acestea au apărut se poate preveni agravarea lor.

Procedeele prin care se previne apariţia şi agravarea escarelor de decubit sunt:

- ✓ inspecţia zilnică a tegumentelor, în special în jurul suprafeţelor osoase, de exemplu dealungul coloanei vertebrale, în partea inferioară a spatelui, în jurul şoldurilor, coatelor, genunchilor, şi pe partea posterioară a spatelui şi călcâielor
- ✓ se menţine pielea curată, se îndepărtează transpiraţia, urina sau materiile fecale. Se face curăţirea tegumentelor cu un săpun moale, cu grijă să nu se lezeze
- ✓ se hidratează pielea cu loţiuni şi se limitează expunerea la aer uscat, rece, deoarece pielea uscată se lezează mai uşor
- ✓ se promovează o alimetaţie sănătoasă, cu un conţinut optim de proteine.
- ✓ este indicat ca presiunea să fie minimă, să se împiedice frecarea de cearşafuri sau alunecarea din scaun. Se reduce riscul de apariţie a escarelor dacă presiunea asupra unei anumite zone este diminuată
- ✓ în cazul în care pacientul este nevoit să stea în pat sau în scaun, se pun perne sau alte dispozitive care să disipe presiunea
- ✓ se schimbă poziţia cel puţin o dată la o oră
- ✓ se evită fumatul sau expunerea la fumul de ţigară
- ✓ este indicat ca pacientul să facă fizioterapie
- ✓ este indicată menţinerea greutăţii constant, fără creşteri sau scăderi bruşte. Creşterea greutăţii poate duce la creşterea presiunii într-o anumită zonă
- ✓ se evită dispozitivele sub formă de colac sau suporturile sub formă de ghete cu aer pentru călcâie. Acestea pot provoca la rândul lor leziuni
- ✓ este necesar să se cunoască aspectul leziunilor şi identificarea lor cât mai rapidă.

SURSA: www.sfatulmedicului.ro

...::: La Mulți ANI! :::... ...::: La Mulți ANI! :::... ...::: La Mulți ANI! :::... ...::: La Mulți ANI! :::...

Necula Otilia - Satu Mare

*Cu toată dragostea un sincer **"La multi ani!"** pentru **Necula Robert**, pentru data de 11 iulie. Numai flori să aibă pe cale şi viața să îi fie lumină. Îl pupă cu dragoste soția.*

Pavelescu Marinică - Piscul Sadovei (Dolj)

*Cu ocazia zilei de naştere, prietenei de suferință ce nu o pot uita, domnişoara **Bologa Anişoara**, pe 5 iulie. Îi doresc o vciață frumoasă cu sănătate şi… **"La multi ani!"***

Latu Leonița - Unteni (Botoşani)

*Pentru **Țiță Gheorghe**, de care mă leagă o prietenie frumoasă şi care, pe 6 iulie, îşi sărbătoreşte cei mai frumoşi ani. Eu îți doresc tot binele din lume. **"La multi ani!"***

Schipor Georgeta - Falcău (Suceava) & Marişka Otilia - Satu Mare

*Pentru prietena noastră comună **Anişoara Bologa** la aniversarea zilei ei de naştere din 5 iulie. Îi dorim multă sănătate, gânduri dragi din inimă, urări de **"La multi ani!"**, fără lacrimi şi supărări atât de mari.*

Schipor Georgeta - Falcău (Suceava)

*Pentru **Otilia Marişka**. Îi doresc o nuntă frumoasă pe 22 iulie. Multă sănătate, casă de piatră şi Dumnezeu să fie cu ei acum şi întotdeauna. O iubesc şi să fie fericită.*

Oprea Laurian - Peretu (Teleorman)

*„**La mulți ani fericiți!**" pentru cei mai buni prieteni (**Nicu** şi **Adriana Marancea**) care vor aniversa cununia religioasă, casă de piatră şi Domnul Isus să fie cu ei până la adânci bătrânețI. Cu prietenie!*

Chită Adriana - Răchitoasa (Bacău)

*Pentru **Bologa Anişoara**. Pe 5 iulie face o frumoasă vârstă. Îi doresc tot binele din lume. **"La multi ani!"** şi să o ajute Domnul în tot ce face.*

Victoria Ştefan - Piteşti

*Cu mult drag pentru prietenii mei, **Sorin Barbu** pe 6 iulie, **Mariana Chitea** pe 17 iulie şi **Victor Dorilă** pe 1 august, un "răcoros" **"La multi ani!"** cu sănătate, bucurii, mult curaj şi cât mai multe împliniri!*

Bologa Anişoara - Greci (Mehedinți)

*Pentru **Tanța Bec** (2 iulie), **Alina Bădulescu** (17 iulie), **Radu Isopescu** (24 iulie), multă sănătate, fericire, bucurie… cu ocazia zilei de naştere. Să le fie calea vieții presărată cu petale şi parfum de trandafir.*

***"La multi ani!"** special pentru un prieten drag cu suflet mare **Dan Nicolau** (17 iulie), sănătate, îndeplinirea tuturor viselor sale şi viața să-i fie senină ca cerul de vară fără pic de nor.*

Ciobănoiu Gabriela - Piteşti

*Pentru **Radu Isopescu**, multe urări de sănătate, mulțumiri că, într-un fel sau altul, face parte din viața mea, vreau să ştie că existența mea este bogată cu el, îi transmit toate gândurile mele bune!*

Cupşa Anuca - Cupşeni (Maramureş)

*Un sincer şi călduros **"La multi ani!"** pentru **Bologa Anişoara** (5.07) şi pentru **Constantin Cristian** (23.07)*

...::: Anunțuri de la cititori :::... ...::: Anunțuri de la cititori :::... ...::: Anunțuri de la cititori :::...

IMPORTANT

Bologa Anişoara - Greci (Mehedinți)

*Ofer un cărucior de cameră tip Meyra (Austria). Stare de funcționare perfectă. Doritorii să mă contacteze la numerele de telefon **0252-374410** şi **0728-249187**. Țin să specific că, dat fiind faptul că eu nu pot să-l expediez, va fi nevoie ca doritorul (sau cineva apropiat lui) să vină să-l ridice de la domiciliul meu: **Bologa Anişoara, str. Stîngani, nr. 208, loc. Greci, jud. Mehedinți***

IMPORTANT

Ciubotariu Liviu Săueni (Botoşani)

Persoană cu handicap gr. I, sunt foarte necăjit din cauza uzurii căruciorului electric. Merg cu el în jur de 5 km. zilnic, de la garsonieră, la țară, la părinți, unde cresc păsări, gâşte, etc. Vreau să am propriile mele venituri.

*Problema cea mai mare este la cauciucuri. Sunt uzate până la pânză, iar camerele le-am lipit mereu: au una 15 petece, iar cealaltă 14. Am căutat prin toată țara, dar nu sunt de găsit. Caut, cumpăr, sau cei care vor să mă ajute, îi rog să-mi trimită 2 cauciucuri cu tot cu camere, seria **410 - 350 - 6** plată pe loc, cu dobândă şi mii de mulțumiri.*

*Adresa mea este: **Ciubotariu Liviu, str. N. Iorga, nr. 7, bl. 27, sc. A, ap. 1, parter, loc. Săveni, jud. Botoşani, cod 715300; tel. 0742-252179***

Locul şi spaţiul pe care-l ocupă în acest număr această rubrică deosebită, sunt rezultatul direct al scrisorilor puţine primite în luna iunie. Vă reamintesc că în cuprinsul revistei sunt câteva rubrici care depind, şi ca mărime, dar şi ca existenţă, de scrisorile voastre (şi de numărul, dar şi de conţinutul lor).

Neimplicarea noastră, a tuturor celor ce o citim, poate duce la micşorarea rubricilor, la dispariţia unora, sau chiar la micşorarea numărului de pagini. Noi decidem, prin aceea că scriem sau nu (vă reamintesc că este important şi ce şi cât scriem, cât de bogat este conţinutul scrisorilor).

Aşa stând lucrurile, mulţumirile către cei ce au scris sunt şi mai calde. Vă mulţumesc şi vă îndemn să scrieţi mereu scrisori, bogate în conţinut, calde şi de suflet.

Tuturor cititorilor însă, acelaşi îndemn: SCRIEŢI!

Străjan Laura
Sibiu

Ai mare dreptate când spui că sunt binecuvântată cu aşa prieteni şi pot să-ţi spun că mă bucur enorm că am avut înţelepciunea de a recunoaşte valoarea unei asemenea prietenii. Spun asta deoarece nu mulţi recunosc valoarea prieteniilor decât atunci când acestea ajung într-un anumit punct din care e greu să mai refaci ce a fost. Să ţinem minte că îţi trebuie ani să clădeşti o prietenie adevărată şi secunde ca să distrugi tot ce a fost frumos. Aşa că ar trebui să fim mult mai atenţi la cei din jurul nostru care ne sunt prieteni.

După însăşi viaţa, consider că PRIETENIA e cel mai frumos cadou pe care Dumnezeu ni l-a dăruit pentru a-l dărui şi noi la rândul nostru.

Asemenea gânduri frumoase şi înţelepte despre prietenie şi aprecierea prieteniilor şi a prietenilor nu puteam să le ţin doar pentru mine. Mulţumesc şi mulţumim, Laura!

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos (Argeş)

Revista „Împreună" întotdeauna am s-o consider o revistă de suflet. Întotdeauna aştept începutul lunii pentru a o primi şi a o citi. Atât de mulţi cititori ai revistei îşi destănuiesc gândurile revistei pentru a-şi câştiga noi prieteni de încredere… şi sper să-i găsească.

Tristeţea nu este bună niciodată, uscându-ne sufletul. Atunci de ce tristeţea, suferinţa naturii, nu ne întristează şi pe noi, uneori dându-ne stări de linişte sufletească? De ce tristeţea unora nu ne întristează şi pe noi?

Se spune că mila este un sentiment care nu trebuie luat în seamă uneori. Totuşi cred că mila este un sentiment foarte uman. Se zice că a te căsători cu cineva din milă nu este bine, deoarece se spune că trebuie să nre căsătorim din iubire. Eu cred că acolo unde nu este milă nu există iubire.

Aşa este: iubire înseamnă şi respect, milă, apreciere, încredere… însă aceasta nu înseamnă că a te căsători (nu mă refer la tine) din milă este un lucru înţelept şi sănătos! Dimpotrivă! Nu mila trebuie să fie motivul, ci dragostea, cu tot ce înseamnă aceasta.

Cone Emilia
Giarmata Vii (Timiş)

Doamne Isuse Îţi mulţumesc pentru această binecuvântare care a venit în viaţa mea: primirea acestei reviste… care este un balsam de vindecare, ne umple sufletul de bucurie dar şi de întristare când ştiu că există atâtea suflete care trec prin diferite încercări… dar noi ştim că Dumnezeu este cu noi.

Vreau să vă spun că şi eu mă rog ne-ncetat Domnului ca revista să apară. Să lucreze El cum numai El ştie şi poate iar noi să ne rugăm cu credinţă şi nu ne va lăsa fără ea, pentru că ar întrista prea multe suflete. Domnului sigur îi place conţinutul şi ne vede pe noi cu câtă bucurie o citim, câte lacrimi vărsăm şi la câte suflete întristate le aduce mângâiere. Minunat este planul Lui şi mare este înţelepciunea Lui (Is. 28: 29)

Să dea Domnul să avem ochi pentru dragostea Lui ca în necaz să ne dăm seama că El este lângă noi şi chiar atunci ne conduce spre o ţintă minunată. Chiar şi în viaţa mea, în fiecare suferinţă pe care am îndurat-o, se afla un plan al Domnului.

El v-a duce totul la bun sfârşit. Citez: „Este ca şi cum m-aş aşeza într-o barcă ce se numeşte ‚Planul lui Dumnezeu'. Cârmaciul este Domnul, iar barca pluteşte peste valuri. Valurile pot mugi şi ameninţa cu scufundarea, însă… Cârmaciul conduce sigur."

Sunt în totul de acord cu tine: Avem un Tată uimitor, extraordinar! Depinde însă unde privim: la temerile şi problemele noastre, sau la Atotputernicul Dumnezeu!

Cât despre cele ce ai scris la adresa revistei… îţi mulţumesc şi-L slăvesc pe Cel care a făcut şi face totul posibil.

Botezatu Amelia
Butnăreşti (Neamţ)

Şi acum tresar când primesc revista „Împreună". Nimeni nu s-a gândit până acum ceva care să fie adresat persoanelor speciale, aşa cum suntem noi. De-a lungul anilor ăstora, de când primesc „Revista", am citit povestea de viaţă a multor persoane care, nu ştiu cum se face, că tocmai prin gravele probleme pe care le au, sunt totuşi un bun exemplu pentru mulţi.

Fiecare dintre noi ştie şi apreciază corect ce înseamnă fiecare clipă trăită. Sau orice dar primit, ştim că toate sunt binecuvântări dn partea Celui care a spus: „Îndrăzniţi, Eu am biruit lumea". Şi cum vom putea fi altfel decât curajoşi, în ciuda necazurilor pe care le avem, când ştim că Domnul a spus: „Să ştiţi că nu vă voi lăsa singuri".

Sunt conştientă că nu aş putea duce această viaţă, uneori mai grea, dacă Domnul Isus n-ar fi spus: „ …orice lucru veţi cere când vă rugaţi, să credeţi că l-aţi şi primit, şi-l veţi avea". (Matei 11: 24)

Oare ar mai fi ceva de spus! Mulţumesc şi mulţumim, Amelia!

NOTĂ: ***IN MEMORIAM de luna trecută a fost scris şi trimis de*** **Victoria Ştefan - Piteşti.**

IMPORTANT…

…şi dureros.

Aşa aş fi vrut să pun titlul însă, m-am răzgândit. De câteva luni au ajuns la mine unele „zvonuri" (cam din multişoare direcţii, aşa că nu prea le-aş mai cataloga „zvonuri") cum că sunt şi cititori (f.f.f.f. puţini) care disprețuiesc şi desconsideră revista.

Cum Bunul Dumnezeu ne-a creat liberi, respect libertatea lor şi părerea care o au despre revistă, însă reamintesc acestor persoane că nimeni nu-i obligat să primească revista, aşa că rog respectos aceste persoane (repet: f.f.f.f. puține) să renunțe la primirea revistei, anunțându-mă de acest lucru. Fiecare revistă costă, atât muncă, efort, cât şi bani. Cel puțin să o primească cei care o doresc şi o apreciază.

Mulțumesc pentru înțelegere!

ANUNȚ

Rog toți cititorii ca, atunci când scriu o scrisoare către revistă, să specifice numele şi adresa pe plic (sau în cuprinsul scrisorii) pentru a putea cu uşurință identifica cine a scris-o. Reamintesc că, prin harul bunului Dumnezeu, aproape 2.500 de persoane primesc revista, iar numărul acesta, prin adresele trimise de voi, creşte în fiecare lună (luna aceasta am tipărit 2.550), aşa că… Reamintesc că revista o lucrez singur (omeneşte vorbind) şi este imposibil să reţin şi să recunosc expeditorul numai după scris.

O rugăminte şi pentru cei ce trimit sms-uri sau scrisori prin e-mail: cel puțin numele şi prenumele!

Nerespectarea acestor elementare lucruri, poate duce la neputința de a publica numele, gândurile, poeziile…

INVITAȚIE APEL

Te-ai gândit că viața ta e un roman? Poate n-ai cutezat s-o priveşti aşa, dar acesta este adevărul. Pentru mulți cititori ai revistei noastre, experiențele de viață relatate în ea sunt aşa de binefăcătoare.

Poate şi pe tine te-au încurajat sau ți-au oferit sfaturi bune. Şi experiența ta de viață contează pentru noi. Nu te gândi că este nesemnificativă, pentru că nu este aşa. Nu despre lucruri spectaculoase ținem să scriem, ci şi de cele mici, dar care ne încurajează. Un mic succes pe care l-ai obținut în lupta cu viața, poate fi şi pentru noi o încurajare. O inovație simplă pe care ai făcut-o şi pe care o împărtăşeşti revistei, poate ajuta viețile a sute dintre noi.

Nu ezita să ne scrii despre viața ta, care poate ți se pare nesemnificativă, dar care pentru noi poate fi un adevărat izvor de încurajare şi mângâiere.

Te aşteptăm în paginile revistei noastre!

IMPORTANT !

Mulțumim din inimă tuturor celor care au ales să facă o bucurie şi o surpriză plăcută prietenilor şi colegilor de suferință, trimițându-ne adresele lor.

După cum bine ați văzut şi vedeți, unii dintre ei au scris şi scriu, mulțumind celor care ne-au trimis adresele, aşa că reînnoim rugămintea de a continua să ne trimiteți adrese ale semenilor şi prietenilor noştri cu handicap locomotor, care, ca şi noi, trec prin aceleaşi frustrări, dezamăgiri, descurajări şi lupte sufleteşti.

Este frumos să ne bucurăm împreună de această revistă, de informațiile pe care le conține, de aceste articole deosebite, scrise de oameni deosebiți.

Vă mulțumim!

IMPORTANT!

Ținând cont că aprox. 50% din revistă o scriem împreună, subliniez că menținerea ei la acest număr de pagini, depinde nu numai de bani, ci şi de scrisorile voastre (şi de numărul lor, dar mai ales de conținutul lor) aşa că vă îndemn să scrieți orice aveți în suflet şi în inimă; orice credeți că este un îndemn, o încurajare; orice credeți că ne-ar putea ajuta pe noi toți, cei care o citim. De asemenea, scrieți-vă experiențele de viață, nu le desconsiderați, şi nu uitați că aşteptăm mereu creațiile voastre în domeniul literar.

Vă mulțumesc în numele tuturor!

APEL!

Rugăm toți cititorii revistei să scrie şi să telefoneze doar acelor persoane care şi-au exprimat dorința de a le fi publicate adresa şi nr. de telefon la rubrica „Doresc să corespondeze"; iar atunci când scrieți sau telefonați, respectul şi bunul simț să fie nota dominantă. Este dureros şi de neînțeles cum unii dintre noi (puțini cred), în loc să sune şi să scrie pentru a alina şi încuraja, jignesc şi îndurerează!

Vă mulțumim pentru înțelegere!

POȘTA REDACȚIEI

Cu tot respectul țin să reamintesc tuturor cititorilor că, dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, data de 1 a fiecărei luni (data la care ajunge scrisoarea la redacție) reprezintă ultima zi de „prindere" a scrisorii în revista din luna respectivă, urmând ca cele care ajung după ziua de 1 să fie „prinse" în revista din luna viitoare. Sfatul meu este să scrieți din timp!

<u>Vă rog mult, pe toți cei care scrieți, puneți-vă numele complet și adresa la expeditor!</u>

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Uşurelu Claudiu - Jibou (Sălaj)

Ori de câte ori primesc o nouă adresă, mă bucur mult, deoarece am constatat şi din reacțiile celor ce citesc deja revista, că multora aduce alinare, bucurie… Şi cum, cu ajutorul bunului Dumnezeu, stau ore pe zi pentru pregătirea ei, indiferent dacă o primesc 1.000, sau 10.000, sau… Singura problemă (foarte serioasă) este cea a banilor. Însă… El va purta de grijă!

Mulțumesc Claudiu pentru adresele noi trimise!

Spulber Gheorghe - Comăneşti (Bacău)

Cărți, poezii şi o scrisoare plină de cuvinte de apreciere la adresa revistei, a mea şi a tinerilor care mă ajută la pregătirea pentru expediere. Mulțumesc din suflet şi mă bucur că sunteți aproape şi de alți semeni de-ai noştri.

Bivol Dumitru - Piteşti

În numărul trecut, cu toată plăcerea am publicat creația d-voastră. Acum însă, fiind vorba de un mesaj personal, nu-l pot publica. S-ar crea un precedent şi există riscul real ca tot mai mulți cititori să înceapă să solicite transmiterea de mesaje personale. Imaginați-vă ce s-ar întâmpla ca şi numai 200-300 de cititori să solicite aceasta?!

Scrieți-i personal!

Pavelescu Marinică - Piscul Sadovei (Dolj)

Mă bucur să constat că tot mai mulți dintre cititori încep să realizeze cu ce eforturi uriaşe se realizează lună de lună revista. Mulțumesc!

Cât despre publicarea a ceea ce m-ați rugat, cu toată plăcerea am publicat urarea, însă salutările… Scrieți-le personal!

Stănică Ion Claudiu - Bîlta Filiaşi (Dolj)

Mă bucur mult că, prin intermediul revistei, ți-ai făcut câțiva prieteni şi că poeziile nu numai că îți plac, dar chiar te regăseşti în unele dintre ele! Mulțumesc mult şi pentru cuvintele de apreciere.

Cât despre cele două solicitări, din nefericire, nu te pot ajuta: nu cunosc nici o clinică în străinătate care să opereze la picioare, iar publicarea de mesaje personale… nu se poate. Îmi pare rău!

Ciobănoiu Gabriela - Piteşti

Cu toată dragostea am publicat cele 2 mesaje şi cu toată dragostea l-aş fi publicat şi pe cel de-al treilea, însă, aşa cum ți-am mai specificat, nu pot publica mesaje personale sau saluturi. S-ar crea un precedent şi, în foarte scurt timp, aş fi sufocat de astfel de mesaje.

Cu toată dragostea public mesajele trimise cu ocazia zilelor de naştere.

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Obreja Ionel - Gheorghe Lazăr (Ialomița)

Mulțumesc pentru materialul trimis. Cât despre rugămintea adresată, aşa cum v-am mai spus, singurul mod prin care vă pot ajuta este publicarea şi republicarea enunțului la rubrica: „Doresc să corespondeze"

Țăran Lucreția - Toplița (Harghita)

Off! Durerea d-voastră este a multora dintre noi. Ceea ce m-a bucurat însă mult, a fost modul în care ați încheiat scrisoarea: optimism, laudă, încredere la adresa bunului Dumnezeu. Fiți tari şi d-voastră şi George.

Stoian Elena - Ploieşti

Cu adevărat Marele Medic a fost, atât cu soțul d-voastră, cât şi cu echipa de medici. El încă mai are de lucrat în şi prin dumnealui.

Cât despre propunerile făcute, pentru a înțelege cum stau lucrurile, vă rog să mă sunați pe fix (ca persoană fizică presupun că aveți gratuitate după ora 18; eu, având abonamentul pe persoană juridică, nu pot avea această facilitate).

Dănilă Neculai - Suceava

Cu câteva zile înainte de a primi scrisoarea de la d-voastră, chiar mă întrebam ce s-a întâmplat de nu ați mai dat nici un semn de viață. Ce să fac, dacă m-ați învățat cu câte 2 5 scrisori pe lună!

M-a bucurat mult când am primit scrisorile (chiar când scriam, am primit-o şi pe a doua), citindu-le pe nerăsuflate. Din nefericire, poeziile nu le pot publica deoarece nu-mi spuneți dacă sunt creația d-voastră (nu scrise copiate sau redate din memorie).

Hagiu Angela - Mangalia

O scrisoare mare, bogată în laude şi aprecieri la adresa bunului Dumnezeu. Îmi dau seama că El a fost şi este sursa d-voastră de putere. Şi aveți dreptate: fără El…, iar minuni, aşa cum bine subliniați, au loc mereu! Totul e să vrem să le vedem!

Ați fost şi sunteți o adevărată luptătoare. Aştept viitoarele scrisori!

>>> continuare în pagina 19

>>> continuare din pagina 18

Victoria Ştefan - Piteşti

Ca întotdeauna, aceeaşi grijă faţă de mine şi de condiţiile grele în care trebuie să pregătesc revista. Mulţumesc Victoria! Mulţumesc şi pt. înţelegere!

Bologa Anişoara - Greci (Mehedinţi)

Iarăşi nu aţi primit revista! Mie îmi este foarte clar că neprimirea revistei de atât de multe ori se datorează poştei din localitatea ta. Vorbeşte cu factorul poştal şi spune-i că, dacă se mai repetă, faci plângere la forurile superioare.

Mulţumesc pentru cuvintele de suflet spuse la adresa revistei. Salutări multe şi calde mamei tale.

Nica Genoveva - Livezi (Bacău)

Atâtea cuvinte frumoase despre atât de multe rubrici ale revistei. Mă bucur că şi pentru d-voastră este o sursă de informare şi mângâiere sufletească.

Cât despre fotografia de pe coperta numărului trecut, nu, nu am slăbit, însă am făcut o mică greşeală eu, alungind-o pentru a intra în formatul celei de dinainte.

Schipor Georgeta - Falcău (Suceava)

Văd că din ce în ce mai multe persoane realizează cu ce eforturi uriaşe se realizează revista. Mulţumesc Geta!

Savu Aurel - Bucureşti

Aşa cum bine ai specificat şi tu, revista este o publicaţie serioasă. În plus este şi creştină, aşa că, dacă celelalte anunţuri ţi le-am publicat cu toată plăcerea, pe acesta sub nici o formă nu-l pot publica.

Geană Viorel - Cornu (Prahova)

M-a bucurat mult scrisoarea d-voastră, însă faptul că la mine a ajuns exact când definitivam revista pentru tipărire, nu am putut publica cele 2 anunţuri. Ceea ce vă rog, este să reveniţi cu o scrisoare în care să-mi trimiteţi şi cele 2 anunţuri. Din 2 motive este mult mai bine să le compuneţi d-voastră: 1. ştiţi mai bine ce trebuie să conţină şi 2. revista şi nepoţelul îmi ocupă atât de mult timpul, încât nu prea mai am timp nici să dorm.

Mulţumesc mult pentru înţelegere!

Rădulescu Cătălina - Bărbuleţ (Dâmboviţa); Bădan Elena - I. L. Caragiale (Dâmboviţa); Pino Oprea Andraş & Violeta - Ploieşti; Sava Emilia - Ologeni (Prahova); Chită Adriana - Răchitoasa (Bacău); Latu Leonida - Unteni (Botoşani); Trif Corina - Mangalia; Lupu Marian - Matca (Galaţi)

Chiar dacă sunt scurte şi f. scurte, mesajele voastre mă încurajează şi mă motivează. Vă mulţumesc cu căldură, aşa cum mulţumesc şi tuturor celor care au telefonat şi mi-au umplut inima de bucurie.

Doresc să corespondeze:

Stan Gabriel - Ploieşti

Mă numesc Stan Gabriel şi domiciliez în oraşul Ploieşti şi sufăr de un sindrom discordant. Doresc să corespondez cu tinere din întreaga ţară. Am 35 de ani şi nu am fost căsătorit niciodată.

Stan Gabriel Str. Andrei Mureşan, nr. 53, bl. A 6, sc. B, et. 4, ap. 29, loc. Ploieşti, jud. Prahova, tel. 0244-531854; 0723-406598

Zărnescu Elena - Bucureşti

Mă numesc Zărnescu Elena, sunt din Bucureşti, am 20 de ani şi un handicap gr. I. Nu pot merge singură, dar mă deplasez cu cadru prin casă. Sunt pasionată de literatură, gramatică, telenovele, muzică şi limbi străine. Aş dori să corespondez cu tineri(e) care au aceleaşi pasiuni.

Mă puteţi contacta la adresa: ***Zărnescu Elena, str. Holuţ Emil, nr. 4, bl. 161, sc. 4, et. 1, ap. 52, sect. 4, Bucureşti, tel. 021- 3346868***

Stănică Ion Claudiu - Bîlta Filiaşi (Dolj)

Doresc foarte mult prieteni adevăraţi. Cei care vor să-mi scrie o pot face la adresa: ***Stănică Ion Claudiu, str. Pandurilor, nr. 80, loc. Bîlta Filiaşi, jud. Dolj.***

Le voi răspunde negreşit!

NOTĂ: ***Rog pe toţi cei care doresc să corespondeze, atunci când îşi exprimă această dorinţă, să scrie şi un mic enunţ, de câteva rânduri, care să conţină o scurtă prezentare: nume, hobby-uri, motive, etc., etc.***

Puneţi-vă în locul celor ce citesc enunţurile şi doresc să corespondeze. Este normal ca enunţul să-i convingă să înceapă o corespondenţă bogată, însă dacă acesta este sărăcăcios întocmit, nespunând mai nimic despre cel ce solicită corespondenţă…

SUGESTIE: ***Cei care doriţi să vă faceţi prieteni şi vă exprimaţi frumoasa dorinţă de a coresponda, nu aşteptaţi să vi se scrie, ci începeţi voi să scrieţi celorlalţi, care şi-au exprimat aceeaşi dorinţă!***

SPONSOR: S.C. RELIAN S.A., distribuitor utilaje agricole, sisteme de irigat prin picurare, etc.
CONTACT: Şos. Alexandriei, nr.220, sector 5, Bucureşti tel. 021-4205914; 0742-358431

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Băltăreţu nr. 565,
loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0247-327122; 0765-365533
e-mail: aurelsda@yahoo.com